

# 池田ロータリークラブ週報

2024年9月25日〈3307回例会〉 No.3308

(国際ロータリーのテーマ)  
ロータリーのマジック

(池田ロータリークラブのテーマ)  
「進化・親睦・奉仕」



例会日 毎週水曜日 12:30~13:30  
例会場 池田商工会議所 2F  
創立 1954年4月24日  
事務局 〒563-0025  
大阪府池田市城南 1-1-1  
池田商工会議所 2F  
TEL (072)752-3355  
FAX (072)752-7800  
ホームページ: ikeda-rc.com  
E-mail アドレス  
ikeda-rc@amber.plala.or.jp

■2024-25年度RI会長 ステファニー A. アーチック ■地区ガバナー 大橋 秀典  
■会長 暮部 光昭 ■副会長 橋本 昌也 ■副会長 井上 裕子 ■幹事 北林 寛崇 ■副幹事 鷹尾 和哉  
■親睦委員長 永田 大介 ■広報・会報担当 吉岡 崇

## 2024-25年度 会長 暮部 光昭

9月4日の池田駅前ロータリービアガーデンは盛会のもと無事に終了、本当にお疲れさまでした。当日欠席をしましたが橋本副会長を筆頭に、準備から片付けまで大変だったと思います。当初は8月24日の予定でしたが大型台風10号サンサンの影響で延期になりましたが、今後はこの様な大型台風が増加するみたいです。

台風はどのように生まれるのか？地球上で台風が生まれる場所は大体決まっています。日本に來襲して被害をもたらす台風の多くは、フィリピンの周辺で発生します。台風の発生は、海に強い日差しが降り注ぎ、海水が水蒸気となり上昇し雲になります。この上昇が繰り返されることで強力な低気圧がつくられ、低気圧の中心に向かって湿った暖かい空気が渦を巻きながら吹き込み上昇気流を強めます。こうしたプロセスを経て台風が発生します。

台風とは、熱帯の海で生まれる熱帯低気圧のうち、北西太平洋または南シナ海に存在し、なおかつ最大風速がおよそ毎秒17メートル以上のものをいいます。

台風の強さや発達には海水温が大きく関係しており、海水温が高いと台風は強い勢力で長続きします。

地球温暖化が台風にもたらす影響は、スーパーコンピューターを使ってシミュレーションした結果、21世紀末には現在と比べ強い台風は6.6%増加・降水量は11.8%増加・強風域の半径は10.9%増加します。



開会・点鐘  
ロータリーソング  
シェイクハンド  
ゲスト&ビジター紹介  
出席報告  
会長挨拶  
幹事報告  
委員会報告  
ニコニコBOX  
本日の卓話

## 本日の卓話

『ガバナー補佐訪問/  
クラブアッセンブリー②』

卓話者:  
国際ロータリー第2660地区  
IM第1組 ガバナー補佐  
長尾 依子様/  
各委員会委員長

## ❖ 幹事報告 ❖

幹事 北林 寛崇 会員

&lt;地区より&gt;

- ① 【ご案内】クラブ職業奉仕委員長会議事前アンケート（職業奉仕委員長木平会員）
- ② 【延期のお知らせ】2024-25 年度クラブ青少年奉仕合同委員長会議(08.31)  
（青少年奉仕委員長新見会員）
- ③ 2024-25 年度 ガバナー月信 9 月号送付のご案内（会員各位）
- ④ 2024-25 第3回 IM 第1組会長・幹事会 変更事項のご案内（暮部会長、北林幹事）
- ⑤ 2024 年 9 月 | 基本的教育と識字率向上月間（暮部会長）
- ⑥ 【ご協力のお願い】END POLIO NOW FES（2024.10.20）（暮部会長、北林幹事）
- ⑦ 【ご案内】2024-25 年度フレッシュロータリアン研修交流会(10.20)  
（暮部会長、北林幹事）
- ⑧ 2023-24 年度ロータリー賞について（名村会員、新見会員）
- ⑨ 【開催ご案内】2024-25 年度クラブ青少年奉仕合同委員長会議（10.02）  
（青少年奉仕委員長新見会員）

&lt;大阪リバーサイド RC より&gt;

- ⑩ 【切実なお願い】「2024-25 年度秋の RYLA セミナー」ロータリアン参加登録のお願い（北林幹事）

&lt;大阪朋友 RC より&gt;

- ⑪ 加盟認証状伝達式・祝賀会のご案内（暮部会長）

## ❖ 出席報告 ❖

出席報告 永田 大介 会員

- 出席数 23 名
- 会員数 25 名
- 出席率 92.00%
- 前々々回 8 月 7 日（水）
- 補正出席率 78.26%

## ❖ ニコニコ BOX ❖

ニコニコ 担当： 笹川 哲士

- 暮部 光昭会長：結婚記念日の品をいただき。ビアガーデン欠席のお詫び。ゲストの福田様、新田様、橋川様、市川様、渕上様、佃様、中堂様、林原様、ユキさん、ようこそ！先週の池田ロータリービアガーデン、皆様ありがとうございました。
- 明石 巧 会員：池田 RC ビアガーデンお疲れ様でした。
- 北野 紀之会員：配偶者のお祝いを頂いて。有難うございます。長期欠席しました。すみません。どうぞ宜しくお願い！
- 岸上 宏司会員：前回夜間例会、お世話様でした。暮部会長 2 次会ごちそう様でした。
- 吉岡 崇 会員：本人誕生日、結婚記念日の品をいただき。ビアガーデンご苦労様でした！！
- 井上 裕子会員：先日のビアガーデン大成功おめでとうございます。創立 70 周年記念誌をお配りすることができました。心に残る一冊となれば幸いです。
- 田嶋也寸志会員：ビアガーデン盛りあがりしましたね。橋本副会長はじめ、企画していただきありがとうございました。暮部会長、2 次会ごちそう様でした。
- 名村研二郎会員：結婚記念日の品をいただき。ゲストの皆様、ようこそ池田ロータリークラブへ！短い時間ですが、楽しんでください。
- 林原みどり会員：卓話当番です。息子の歩です。どうぞよろしくお願いたします。
- 北林 寛崇会員：新田さん、福田さん、橋川さん、中堂さん、本日はようこそ！2 回目もおまちしております。

### 3 好意と友情を深めるか

### 4 みんなのためになるかどうか

橋本 昌也会員：色々嬉しいこと。皆様、クラブフォーラムを盛り上げて頂きまして有難うございました。多くのゲストの皆様本日は例会へのご参加とってもうれいす。

鷹尾 和哉会員：本人誕生日の品をいただき。ピアガーデン最高でした！お疲れ様でした！！

山根 祐子 様：色々うれしいこと。池田駅前ロータリーピアガーデン、とても楽しませていただきました。美味しいビールごちそうさまでした！！

#### ❖9月のお祝い❖

会員誕生日：

吉岡 崇 会員

鷹尾 和哉 会員



結婚記念日：

暮部 光昭 会長

吉岡 崇 会員

名村研二郎 会員



#### ❖お客様紹介❖

SAA 永田 大介 会員

市川 牧 様



佃 美緒 様



中堂 賢嗣 様



新田 祥平 様



橋川 隆史 様



林原 歩 様



福田 信雄 様



淵上 亜佐子 様



## ❖前回の卓話❖

全ては健康と笑顔のために  
～東洋医学で健康になろう～



卓話者：林原 歩 様

医療法人 明寿会 林原整形外科

医療部門マネージャー 理学療法士・鍼灸師

全ては健康と笑顔のために

～東洋医学で健康になろう～

医療法人 明寿会 林原整形外科 リハビリテーション科 林原 歩



今回は、東洋医学の中の鍼灸治療についてご紹介させて頂きました。

私は、普段理学療法士（リハビリテーション）として仕事をしている傍ら、鍼灸師の資格も兼ね備えています。

なぜ鍼灸治療をご紹介したかと言うと、私自身体がしんどくて辛かった時に鍼灸治療に助けられたからです。とても素晴らしい治療法なのに、日本の人口から受療率は5.6%(2012年調べ)と低いことから、少しでも皆様に安心して正しい医学的知識を知った上で治療を受けて頂きたいと思い今回ご紹介させて頂きました。

## 鍼灸治療とは

- ・ 鍼灸は一般に「はり・きゅう」または「しんきゅう」と呼ばれ、
- ・ 疾患や症状に適した経穴(ツボ)に金属の細い鍼を刺入したり
- ・ 艾(もぐさ)を置いて燃焼させたりなど、生体に刺激を加えることで
- ・ 元々身体に備わっている病気を治す力(自己治癒力)を高めて元気になる治療法です。そして「未病」へ。

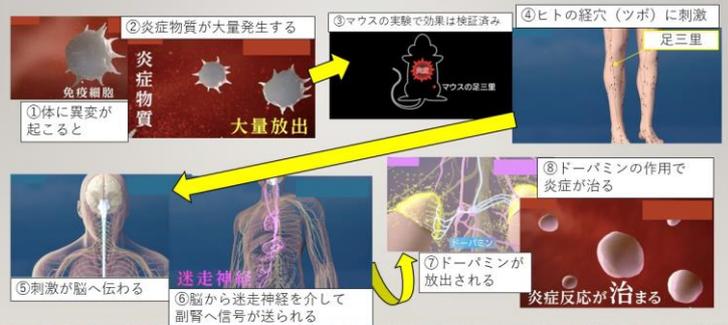


鍼灸は疾患や症状に適した経穴(ツボ)に金属の細い鍼を刺入したり、艾(もぐさ)を置いて燃焼させたりなど、生体に刺激を加えることで元々身体に備わっている病気を治す力を高めて元気になる治療法です。

例えば、「西洋医学」は悪いところを切っただけで縫って行く。「東洋医学」は悪いところもあるけど良いところを補填していく治療になります。東洋医学は病気にならない体づくりを大切にしているこれを「未病」と言います。

未病を維持して、いつまでも健康でいるための民間療法なのです。

## 医学的に効果を証明！



現在の医療では、エビデンス(根拠)が必要と言われており、なかなか鍼灸治療のエビデンスが示せなかったのが事実ですが、近代科学の進歩で「なぜ効果があるのか」が疫学的に解明されてきました。身体に炎症が起こると、炎症物質が大量に発生します。配列された経穴(ツボ)に鍼灸刺激を加えることにより脳脊髄を介して副腎からドーパミンが放出されます。ドーパミンは炎症を抑える作用があるので、ドーパミンが炎症物質と結合することにより、炎症物質の活動を抑制し、鍼灸治療が炎症を抑える効果が検証されました。

# 池田RCのテーマ「進化・親睦・奉仕」

経穴（ツボ）の紹介  
食べ過ぎ飲み過ぎた時

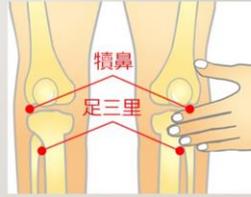
## 足三里（あしさんり）

【探し方】

膝の皿の下、脛骨の外側にあるくぼみから指幅4本分  
【ポイント】

右足は右手で、左足は左手で、くぼみに人差し指の先を  
置くと、小指の先になります。

【効能】  
胃腸痛・足の疲れ



その経穴（ツボ）の紹介として「足三里」は、戦国時代活躍した、豊臣秀吉をはじめとする戦国武将たちが健康のために日頃から灸をすえていたことや、松尾芭蕉が奥の細道で三里のツボに灸をすえながら旅をしたことはとても有名です。

紀元前 202 年からの医学が、現代医療科学が進歩したお陰で「なぜ効果があるのか」の謎が解き明かされてきました。皆様が、正しい知識で「健康」に興味をもって頂き、東洋医学が目指す「未病」でいつまでも健康でいられるように、日頃の身体のメンテナンスを行うためにも、ぜひ「鍼灸治療」に触れてみてください。

今回の発表が、そんなきっかけとなる発表であれば幸いです。

### 9月のスケジュール

4	水	3305 回例会（ピアガーデン）
11	水	3306 回例会
18	水	休会
25	水	3307 回例会 クラブアッセンブリー②/ ガバナー補佐訪問
30	月	3308 回例会 池田くれは RC にて合同例会

### 10月のスケジュール

2	水	休会
9	水	3309 回例会 ガバナー公式訪問
16	水	休会
23	水	3310 回例会
30	水	3311 回例会



## 四つのテスト

真実か どうか  
みんなに 公平か  
好意と友情を深めるか  
みんなのためになるかどうか



## ニコニコ箱の累計

9月11日現在 193,000円

## 義捐金BOX

8月21日時点累計	65,859 円
9月11日分	1,458 円
累計	67,317 円

## 9月30日（月）

### 『池田くれは RC との合同例会』

場所：池田市民文化会館

3階イベントスペース

時刻：18時30分～19時30分

卓話の題：『未定』

卓話者：国際ロータリー第2660地区

地区公共イメージ向上委員会 委員長

下出 一様

<池田RC・RAC SNS アカウント>

